

أثر منهج تعليمي مقترح لتطوير مهارتي الاعداد والضرب الساحق بالكرة الطائرة
م.م. اسراء عباس محمد يوسف

العراق. جامعة ديالى. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Israa Abbas_86@yahoo.com

الملخص

لقد شهدت لعبة الكرة الطائرة تطوراً ملحوظاً في السنوات الاخيرة في النواحي البدنية والمهارية والخططية مما ادى الى تغيير طابع اللعبة بسبب تعدد طرائق اللعب الحديثة واتساعها ونتيجة لاتباع المدربين الاسس العلمية في بناء التدريب ووضع البرامج التدريبية للارتقاء ومن خلال المشاهدة والمتابعة لكثير من المباريات والتدريبات لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى ومن خلال خبرة الباحث اثناء الدراسة ومناقشة الرأي مع ذوي الاختصاص ويعزو الباحث ان من ضمن الاسباب هو ضعف مهارتي الاعداد والضرب الساحق لذا ارتأى الباحث وضع منهج تعليمي مقترح لتطوير مهارتي الاعداد والضرب الساحق والوصول بها الى المستوى المطلوب لإحراز نتائج متقدمة في هذا المجال ، وهدفت الدراسة إلى وضع منهج تعليمي مقترح لتطوير مهارتي الاعداد والضرب الساحق بالكرة الطائرة، ومعرفة أثر هذا المنهج على افراد عينة البحث، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبي المركز التخصصي لرعاية الموهبة/ بغداد للموسم (2019/2018) البالغ عددهم (20) لاعباً تم اختيار (4) منهم للتجربة الاستطلاعية والباقي (16) لاعباً تم اختيار (8) طلاب للمجموعة التجريبية (8) طلاب للمجموعة الضابطة .

الكلمات المفتاحية: منهج تعليمي، مهارة الاعداد ، مهارة الضرب الساحق ، الكرة الطائرة.

The effect of a proposed educational curriculum to develop the skills of preparation
and Smash Shot in volleyball

Assistant lect. Israa Abbas Mohamed Yousif

Iraq. Diyala University. College of Physical Education and Sports Science

Israa Abbas_86@yahoo.com

Abstract

Volleyball game has witnessed a remarkable development in recent years in the physical, skill and planning aspects, which led to a change in the game nature due to the multiplicity of modern methods of play and their breadth , and because coaches follow the scientific foundations in building training and developing training programs for advancement and through watching and following up on many matches and training among students of the College of Education Physical and Sports Sciences / University of Diyala. Through the researcher's experience during the study and discussion of opinion with the specialists , the researcher believes that among the reasons is the weakness of the skills of preparation and smash shot ,so the researcher decided to develop a proposed educational curriculum to develop the skills of preparation and smash shot and make them reach the required level to achieve advanced results in this field. The research aimed to develop a proposed educational curriculum to develop the skills of preparation and smash shot in volleyball, and to identify the effect of this curriculum on the members of the research sample. The research sample was chosen intentionally and they are the Specialized Center for Talent Care / Baghdad for the season (2018/2019) , total 20 players and (4) players were chosen for the pilot study, and the rest (16) , whereas (8) students were selected for the group and (8) students for the control group.

Key words: educational curriculum, preparation skill, smash shot skill, volleyball

1- المقدمة:

ان التقدم الذي يشهده العالم في مجالات الحياة كافة جعل التربية البدنية ترتبط بالعلوم الاخرى ارتباطاً وثيقاً مما سبب تقدماً كبيراً في السنوات الاخيرة في كل مجالات التربية البدنية وعلوم الرياضة ولاسيما لعبة الكرة الطائرة وخاصة مستوى الدول الاوربية وارتفاع مستوى ادائهم المهاري والخططي نتيجة اعتمادهم على البحوث العلمية في ميادين التدريب الرياضي والتعليم الذي ظهر اثره بوضوح في بطولات العالم الاخيرة لذلك اهتم معظم دول العالم اهتماماً كبيراً بأعداد فرقها اعداداً صحيحاً وخاصة فرق الشباب لأنها القاعدة الاساسية للوصول الى المستويات العليا.

ومن هنا ان اهمية البحث ودراسته تأتي على ضوء ما تمتاز به لعبة الكرة الطائرة من كثرة مهارتها الاساسية وتنوعها اضافة الى ارتباطها بالعناصر البدنية حيث زاد اقبال اللاعبين واللاعبات لممارستها حيث يرى اكثر المدرسين وخبراء التدريب ان اساس الارتقاء بمستوى الرياضي هو الاهتمام بالإعداد البدني حيث يعد الركيزة الاساسية، ومن هنا تأتي اهمية المهارات الحركية الاساسية بالكرة الطائرة ومنها مهارتا الاعداد والضرب الساحق فلها اثر واضح في نتائج المباريات وهنا تكمن اهمية دراسة الباحث.

2- اجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدمت الباحثة التصميم ذو المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار القبلي والبعدي كما مبين في الجدول (1) .

جدول (1) يبين التصميم التجريبي المتبع

المجموعة	الخطوة الاولى اختبار قبلي	الخطوة الثانية المتغير المستقل	الخطوة الثالثة الاختبار البعدي	الخطة الرابعة	الخطوة الخامسة
التجريبية	اختبارات قيد البحث	المنهج التدريبي المقترح	اختبارات قيد البحث	الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي	الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي
		منهج المدرب المتبع			
الضابطة					

2-2 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبي المركز التخصصي لرعاية الموهبة/بغداد للموسم (2018/2019) البالغ عددهم (20) لاعباً تم اختيار (4) منهم للتجربة الاستطلاعية والباقي (16) لاعباً تم اختيار (8) طلاب للمجموعة التجريبية (8) طلاب للمجموعة الضابطة .

وتم اجراء الاختبار القبلي على المجموعتين التجريبية والضابطة وتثبيت الفروق المتعلقة بالاختبار القبلي من حيث الزمان والمكان والاجهزة المستخدمة من اجل توفير نفس الاجواء في الاختبار البعدي .

2-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

- شريط قياس

- شواخص بارتفاع 50 سم

- كرات طائرة قانونية

- سجل ملاحظات

- ملعب الكرة الطائرة قانوني

- صافرة

- ساعة توقيت

2-4 اجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 البرنامج التدريبي المقترح:

بعد الاطلاع على المصادر العلمية الحديثة واخذ الاداء للخبراء والمختصين في مجال التعلم، تم وضع منهج تعليمي مقترح لتطوير مهارتي الاعداد والضرب الساحق في الكرة الطائرة.

2-4-2 الاختبارات المستخدمة في البحث:

اولاً: اختبار الأعداد القريب من الشبكة : (حسانين ، 1996 ، ص239)

الغرض من الاختبار: قياس دقة الإعداد القريب من الشبكة.

الأدوات المستعملة في الاختبار:

1- ملعب الكرة الطائرة، شبكة على ارتفاع قانوني، ثلاث كرات طائرة قانونية.

2- حامل بارتفاع (2.43 م) تعلق عليه حلقة كرة سلة يبلغ قطرها (45 سم).

3- ترسم دائرة قطرها (1 م) بحيث تلامس حدودها خط المنتصف ويبعد مركزها عن الخط الجانبي

للملعب بحسب كل نوع من أنواع مهارة الإعداد على النحو الآتي:

أ- في مهارة الإعداد الأمامي العالي (ثبات، قفز)، يوضع حامل حلقة كرة السلة أمام المختبر بحيث يبعد الخط الجانبي القريب من مركز (4) عن مركز الدائرة المخصصة للمختبر مسافة (5.5م).

ب- في مهارة الإعداد الخلفي العالي (ثبات، قفز)، يوضع حامل حلقة كرة السلة خلف المختبر بحيث يبعد الخط الجانبي القريب من مركز (2) عن مركز الدائرة المخصصة للمختبر مسافة (3.5م).

ج- يبعد مركز حلقة كرة السلة بمقدار (50 سم) عن الشبكة في جميع أنواع مهارة الإعداد.

- مواصفات الأداء:

يقف المختبر داخل الدائرة بحيث يواجه حامل حلقة كرة السلة لأداء مهارة الإعداد الأمامي وتكون حلقة كرة السلة خلفه عند أداء مهارة الإعداد الخلفي ويقوم المدرب بتوصيل الكرة إلى المختبر من الموقع المخصص له كما مبين بالشكل (5) ليقوم المختبر بدوره بإعداد الكرة إلى حامل حلقة كرة السلة.

- الشروط:

1- تعطى لكل لاعب (3) محاولات.

2- يجب إن يتم الإعداد من داخل الدائرة.

3- تعد المحاولة ناجحة اذا دخلت الكرة حلقة كرة السلة.

ثانياً: اختبار مهارة الضرب الساحق:

اسم الاختبار: دقة الضرب الساحق في الاتجاه القطري والخطي: (حسانين ، 1996 ، ص208)

الغرض من الاختبار: قياس دقة الضرب الساحق في الاتجاه القطري والمستقيم.

الأدوات (30) كرة طائرة، ملعب كرة طائرة قانوني، مرتبتان موضوعتان.

مواصفات الأداء: الضرب من مركز رقم (4) بحيث يقوم المدرب بإعداد الكرة له من

المركز رقم (3) على المختبر أداء (15) محاولة بالضرب الساحق نحو الاتجاه القطري

(المرتبة الموجودة في المركز (5) و (15) ضربة ساحقة أخرى نحو الاتجاه المستقيم

المرتبة الموجودة في المركز (1) .

التسجيل:

- 4 نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة على المرتبة.
- 3 نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة المخططة.
- نقطتان لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة (أ) أو (ب).

2-5 التجربة الاستطلاعية:

لغرض الوقوف على نتائج دقيقة وموثوق فيها تم اجراء التجربة الاستطلاعية بيوم الاحد بتاريخ 2019/1/13 على مجموعة من الاعبين عددهم (4) لاعبين إذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية واجريت عليهم اختبارات قيد البحث ليرى الباحث صلاحية هذه الاختبارات وكذلك تعد مقياساً ليؤشر مدى اقتراب عينة البحث من العينة الاستطلاعية . وقد اجريت التجربة الاستطلاعية للتأكد من الاتي:

- 1- مقدرة فريق العمل المساعد وامكانياته في ادراك خطوات البحث .
- 2- امكانية العينة على اجراء الاختبارات بالطريقة المطلوبة .
- 3- معرفة المدة الزمنية لإجراء الاختبارات .
- 4- تجاوز الاخطاء والمعوقات التي يمكن ان تواجه التجربة الرئيسية .

2-6 الاختبارات القبليّة :

اجرى الباحث الاختبارات القبليّة في يوم الخميس الموافق 2019/1/17 على قاعة المركز التخصصي لرعاية الموهبة/بغداد في تمام الساعة الثانية ظهراً التي سعى من خلالها الباحث تثبيت الظروف من حيث المكان والزمان ولخلق نفس الظروف في الاختبارات البعديّة .

2-7 التجربة الرئيسية:

تم اجراء التجربة الرئيسية في يوم الاحد الموافق 2019/1/20 إذ تم وضع منهج تعليمي لتطوير مهارتي الاعداد والضرب الساحق بالكرة الطائرة، حيث استمر البرنامج التدريبي لمدة شهرين بواقع وحدتين تدريبيتين في الاسبوع (الاحد، الثلاثاء)

2-8 الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من التجربة الرئيسية قام الباحث بإجراء الاختبار البعدي في يوم الخميس الموافق 2017/3/21 في تمام الساعة الثانية ظهراً على قاعة المركز التخصصي لرعاية الموهبة/ بغداد وقد تم خلق نفس الظروف التي تحققت في الاختبار القبلي .

2-9 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية SPSS.

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1 عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين (القبلي والبعدي) للسرعة اللحظية لأداء الخداع ودقة التصويب:

جدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للسرعة اللحظية لأداء الخداع ودقة التصويب

ت	المهارات	عدد العينة	الاختبارات القبليّة		الاختبارات البعديّة	
			س	ع ±	س	ع ±
1.	الاعداد	10	2.063	0.087	1.84	0.091
2.	الضرب الساحق	10	1.875	0.834	3.625	1.060

يبين الجدول (2) الاوساط الحسابية للمعالم الاحصائية لمتغيرات البحث في الاختبارين القبلي والبعدي اذ بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمهارة الاعداد (2.063) والانحراف المعياري (0.087) وتاء المحسوبة (17.66) والوسط الحسابي لمهارة الضرب الساحق (1.875) والانحراف المعياري (0.834) اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي لمهارة الاعداد فهو (1.84) والانحراف المعياري (0.091) وتاء المحسوبة (10.693) اما الوسط الحسابي في الاختبار البعدي الضرب الساحق (3.625) والانحراف المعياري (1.060) .

3-2 عرض وتحليل ومناقشة قيمة (ت) وفرق الاوساط والانحرافات والفروق بين متغيرات البحث:

جدول (3) يبين قيمة (ت) وفرق الاوساط وانحرافات الفروق

ت	المهارات	س ف	ع ف	ت المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
1.	الاعداد	0.223	0.035	17.66	0.000	معنوي
2.	الضرب الساحق	1.75	0.462	10.693	0.000	معنوي

يبين الجدول (3) الاوساط الحسابية للمعالم الاحصائية لمتغيرات البحث في الاختبارين (القبلي والبعدي) للمهارتين اذ بلغ الوسط الحسابي في مهارة الاعداد (0.223) والانحراف المعياري (0.035) والوسط الحسابي لمهارة الضرب الساحق (1.75) والانحراف المعياري (0.462) وقيمة تاء المحسوبة لمهارة الاعداد (17.66) لمهارة الضرب الساحق (10.693) دل ذلك على عدم وجود فروق معنوية نتيجة الاهتمام بجوانب الفنية ولمعرفية لتحديد الازمات التي يتعرض له اللاعبين الشباب ويعزو الباحث سبب هذه النتيجة الى استنارة اللاعب من التعلم اثناء المنهج التعليمي.

3-3 مقارنة بين نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية:

لغرض اختيار فرضية البحث والتي تنص على ان ((المنهج التعليمي المقترح له اثر معنوي في تطوير مهارتي الاعداد والضرب الساحق)) قام الباحث بإجراء مقارنة بين المجموعتين الضابطة للاختبارات البعدية والجدول (3) يبين خلاصة العمليات الاحصائية للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية حيث يبين ان الوسط الحسابي للمجموعتين الضابطة لمهارة الضرب الساحق (3.625) والانحراف المعياري (1.060) بينما كان الوسط الحسابي للمجموعتين التجريبية (1.75) وانحراف معياري (0.462) وكانت قيمة (ت) المحتسبة (17.66) وهذا ما يؤكد وجود فرق معنوي لصالح المجموعتين وذلك لان قيمة (ت) عالية وكلما اصبحت قيمة (ت) عالية تصبح عينة البحث معنوي .

4- الاستنتاجات:

- 1- عدم وجود فروق بين نتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة للاختبارات الضرب الساحق ودقته لأبعد مسافة ومهارة الاعداد
- 2- لم تظهر أي فروق معنوية بدلالة احصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في اختبائي الاعداد والضرب الساحق
- 3- عدم وجود فروق عشوائي بين نتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في اختبار مهارة الضرب الساحق.

المصادر

- علي البيك: تخطيط التدريب الرياضي . (الاسكندرية ، دار المعرفة ، 1987)
- محمد صبحي حسانين وحمدى عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1996)
- وجيه محبوب ؛ طرائق البحث ومناهجه : (دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، 1988)

المجموعة التجريبية لتعلم مهارة الضرب الساحق المركز التخصصي لرعاية الموهبة/بغداد
الوحدة التعليمية السادسة التأريخ / / 2019

زمن الوحدة التدريبية (90) دقيقة

الأهداف التعليمية: الأهداف التربوية:

1. تعلم وتمكن الضرب الساحق
2. تعلم التحرك داخل الملعب.
1. احترام الزمن.
2. بث روح المنافسة والعمل بجد.

الملاحظات	الإخراج	الفعاليات والنشاطات الرياضية	الزمن	أقسام الوحدة التعليمية
التأكيد على فهم الجميع للشرح		شرح مهارة الضرب الساحق وانواعها ثم توضيح اهميتها كمهارة هجومية وبماذا تشترك جميع الأنواع كذلك المراحل الفنية للأداء المهاري	15د	التحصيل المعرفي
التأكيد على النظام	XXXXXXXXXX	تهيئة الأدوات وأخذ الغيابات.	20 د	القسم الإعدادي
التأكيد على تطبيق الإحماء العام والخاص	X	تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم. تهيئة خاصة تخدم القسم الرئيسي. اكتساب الإحساس بالكرة والملعب.	5 د 5 د 10 د	المقدمة الإحماء العام الإحماء الخاص
1.الاهتمام بتوضيح وتبسيط الشرح 2. تصحيح الأخطاء ومراقبة الأداء بدقة 3. توجيه الأسئلة للجميع وبصورة مبسطة وواضحة 4.استغلال اغلب الوقت للتطبيق والتكرارات	XXXXXXX X X X XXXXXXX	1. شرح مهارة الضرب الساحق بشكل مفصل وعرضها عن طريق صور وعرضها بواسطة الحاسوب ثم من قبل (نموذج) . 2.توضيح لأهمية المهارة ومراحلها الفنية . 3- التمارين :1./ 2./ 3. 4.تطبيق التمرينات بأكثر عدد من التكرارات مع التوجيه وتصحيح الأخطاء من قبل المدرس 5. توجيه الأسئلة الآتية:- - كيف تقف وقفة الاستعداد لأداء مهارة الضرب الساحق - كيفية رمي الكرة للأعلى بشكل يتناسب مع امكانية اللاعب - كيفية ضرب الكرة والعودة لمكن المخصص في الملعب.	60 د 10 د 40 د	القسم الرئيسي النشاط التعليمي النشاط التطبيقي
		التأكد من تحقيق الاهداف التي تم تحديدها مسبقا للوحدة التعليمية	10 د	التمكن
			10 د	القسم النهائي
الالتزام بالنظام		لعبة صغيرة تخدم القسم الرئيسي. تحية الانصراف.	7 د 3 د	لعبة ترويفية الانصراف